

周宏伟:寄情骑行 走遍祖国

本报记者 方世林 邓占成

他说“世界那么大,我想去看看,这不仅是你们年轻人的想法,也是我们中老年人的心声”;他说“中老年人的业余生活除了麻将、坝坝舞,也可以多种多样,紧跟时髦”。他叫周宏伟,52岁,是县汽车总站的一名工作人员,也是一名骑行运动的坚守者。

上世纪六七十年代,二八自行车开始流行。这种自行车车架高、轮胎大,小孩坐在坐垫上,脚蹬不到踏板。周宏伟从小喜爱骑自行车,常坐在车架上扭扭拐拐地往前骑。虽然骑得不好,但他渐渐从中体会到骑行的乐趣。

1998年,31岁的周宏伟在重庆主城第一次见到公路自行车。“那辆车当时售价2000多元,我就在想,一辆什么样的自行车能要价2000多

元?”周宏伟回忆说,尽管当时没有购买那辆公路自行车,但那辆车的样子在他心里留下了难以磨灭的印象。2006年,周宏伟购买了一辆专业自行车。从此,他开启了专业骑行之路。

骑行路上,周宏伟结识了越来越多的骑友。他开始不满足于市内短途骑行,渴望骑着自己心爱的自行车游览祖国的大好河山。

2018年,周宏伟和两名骑友开始了川西之行。一天清晨,3人从四川省阿坝藏族羌族自治州小金县(海拔3000米左右)出发,经过极陡的上坡慢慢骑行到巴朗山垭口(海拔5000米左右)。周宏伟由于年龄较大、体力不足,萌生了放弃继续前行的念头。同行的一名骑友鼓励周宏伟道:“最后几百米了,周叔叔,您哪怕推也要把车推上去。不去尝试、不去挑战,我们来川西干什么?”骑友的话激起了周宏伟的斗志,他起身、上车,一步一步向前,最终站在了巴朗山垭口。

周宏伟用10天时间完成了1000多公里川西小环线的骑行之旅。他说,这次骑行身体是疲惫的,



骑行中的周宏伟

但意志变得更坚强了。

2013年到2019年,周宏伟骑着自行车到过贵州、江西、青海、陕西,途经100多个城市,骑行5000多公里。

骑行带给周宏伟的不仅是身体

上的锻炼、心灵上的慰藉,还有骑友的温暖和自我挑战的成就感。如今,骑行已成为周宏伟的心灵寄托。他说:“等我退休了,我一定骑车走遍祖国的每一个地方。”



联合治超

12月3日,县交通运输综合行政执法支队在对货车进行例行检查登记。

县交通运输综合行政执法支队与县公安局交巡警大队建立的忠县长江大桥(南桥头)超限超载联合检查站启动,将24小时监控忠县长江大桥及沿线公路车辆超限超载情况,杜绝恶性交通事故发生,进一步促进道路运输行业健康稳定发展。

记者 谢国邦 摄

假文明首先是一种文明

□ 秦勇

写下这个题目,是有感于日常生活中常见的一个论断:假文明不如不文明。

在很多人看来,不文明里多少有些真性情,遵从于自己的内心,不像假文明,既不敢直面自己的真实内心,又屈从于社会舆论,是彻头彻尾的弱者。

事实上,在工作和生活中,这种假文明不如不文明的论断,并不少见。一个不认真工作的人,可以理直气壮地嘲笑别人的假认真;一个不注重卫生的人,可以理直气壮地嘲笑别人的假爱干净。五十步笑百

步原本令人可笑,一百步笑五十步,反倒成了理直气壮。

假文明如帽子般被随意乱扣,却很难有个明确界定。很多人习惯用是否作秀去判断,有的人喜欢用平时怎样现在却怎样的反差去判定,且不说由此得出的假文明是否是真的假文明,但即便是我们所确信无疑的假文明,是否就真的不如不文明?

首先,从内心认知上说,假文明或许还做不到事事讲文明,也没有养成文明习惯,但在内心深处,是认可和推崇社会文明的,不像理直气

壮的不文明,是一种骨子里对社会文明的否定和蔑视。假文明就像路边的野花,虽然不能成为一路的风景,但至少不会像不文明一样,成为文明前行的拦路虎和绊脚石。

其次,从行动影响上说,无论公共场所故作有修养的轻言细语,还是公交车上并不心甘情愿的让座,这些假文明最大限度地避免了影响他人,让老人和孩子有了一段安全的行程。而不文明行为所带来的,除了对社会秩序的破坏,影响他人的工作和生活之外,再无其他。

其实,文明从来只有文明与不

文明之分,真假文明之说原本就是一种诛心之论。很多人之所以热衷于假文明论,推崇假文明不如不文明的论断,不过是为自己的不文明行为找一块遮羞布。什么时候,这样的遮羞布少了,我们的社会也就真的文明了。

(作者单位:白公街道办事处)



社区干部为租房户解难题

本报讯(记者 邓青春 通讯员 袁瑜)“与你们素昧平生,却能得到你们的关怀,我感到很温暖……”近日,忠州街道东坡路社区收到辖区租房户袁定明的感谢信,感谢社区干部为他解困,消除思想包袱。

袁定明是永丰镇人,现租住在东坡路社区。前不久,社区网格员谢明华入户走访时了解到,袁定明患有严重肾病。几年前,袁定明因交友不慎,被朋友骗得倾家荡产,虽然赢了官司,但迟迟未拿到钱。后来,袁定明的妻子与他离婚。因为这些事情,袁定明产生了厌世情绪,曾有过激行为。

谢明华及时向社区反映了这一情况。社区干部对袁定明进行心理疏导,提供法律援助,还为他儿子找到一份工作。

保洁员捡到挎包婉拒酬金

本报讯(记者 熊瑶 通讯员 袁和国)近日,忠县天芝瑞医药馆保洁员邹玉平,捡到罗辉秀遗失的挎包并归还,让罗辉秀感动不已。

罗辉秀上班途中,因走得太急突感不适,便到路边的忠县天芝瑞医药馆休息片刻。罗辉秀离开时把随身携带的挎包遗忘在椅子上,挎包里装有200多元现金和身份证、不动产权证、存折、医保卡等重要证件。

邹玉平打扫卫生时捡到挎包,将挎包交到了护士站。罗辉秀发现挎包遗失后多番寻找未果,后来想起曾去过忠县天芝瑞医药馆,便到医药馆询问。护士站工作人员核实情况后,将挎包归还给罗辉秀。为表感谢,罗辉秀当即拿出200元现金酬谢好心人邹玉平,被邹玉平婉拒。

全市“最美生态环保志愿者”评选进入投票环节 白公路小学校教师邓陆君候选

本报讯(记者 贺小蓉)近日,市委宣传部、市文明办、市生态环境局主办的“最美生态环保志愿者”评选活动进入投票环节,忠县白公路小学校教师邓陆君成为候选人。

2019年12月7日前,市民朋友通过“重庆志愿者”微信公众号可为喜欢的“最美生态环保志愿者”候选人投票,每人每天可投3次。活动将推选10名“最美生态环保志愿者”和10名“最美生态环保志愿者”入围者。

2017年,邓陆君加入忠县汇爱志愿者服务队,始终秉持“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神积极参与志愿服务活动,多次带领市民清理白色垃圾,为市民发放环保宣传手册,讲解环保知识。

防艾宣传



近日,医生在给市民抽血化验。

今年12月1日是第32个“世界艾滋病日”,我国的宣传主题是“社区动员同防艾,健康中国我行动”。县卫健委组织城区医疗卫生机构在县城半月广场开展主题宣传活动,向市民发放防艾宣传资料,为市民免费测量血压、验血。

记者 杨忠明 通讯员 陈爱华 摄影报道



□ 相关链接:

艾滋病是一种危害性极大的传染病,由艾滋病病毒(HIV病毒)引起。HIV是一种能攻击人体免疫系统的病毒,把人体免疫系统中最重要的CD4T淋巴细胞作为主要攻击目标,大量破坏该细胞,使人体丧失免疫功能。HIV在人体内的潜伏期平均为8~9年,患艾滋病以前,感染者可以没有任何症状地生活和正常工作多年。

感染HIV后,最开始的数年至10余年可无任何临床表现。一旦发展为艾滋病,患者会出现各种临床表现。一般症状为持续发烧、虚弱、盗汗,持续广泛性全身淋巴结肿大。特别是颈部、腋窝和腹股沟淋巴结肿大更明显。3个月之内,体重下降可达10%,最多可降低40%。

目前,在全世界范围内缺乏根治HIV感染的有效药物。本病的治疗强调综合治疗,包括一般治疗、抗病毒治疗、恢复或改善免疫功能的治疗及机会性感染和恶性肿瘤的治疗。

忠县电网停电信息公告

咨询电话:54895598、95598

序号	停电线路	停电原因	停电时间		停电范围	备注
			开始日期	结束日期		
13	10kV 山苏线	计划检修	2019/12/9 7:00	2019/12/09 19:00	石联村、鸿鹏建村、新花村、苏家粮站专变、苏家村、三界村、银宝村、观桥村、岩坪村、兄弟纸业、美健达专变、观桥移动基站、白土村、石花村、双石村、尖山村、柳塘村、金宝村、阿兴居专变、柳塘、尖山、石花排灌	遇雨延期
14	10kV 石巴线	计划检修	2019/12/9 8:30	2019/12/9 19:00	华富村、华峰村、庙武村、华岭村、巴岭村、黄家村、巴营村、团岭村、梅坝村、马岭村、铁龙、石马村、林风村	遇雨延期
15	10kV 元威线	计划检修	2019/12/10 7:00	2019/12/10 19:00	黄土村	遇雨延期
16	10kV 江白线	计划检修	2019/12/10 8:00	2019/12/10 18:00	锁口村	遇雨延期
17	10kV 石巴线	计划检修	2019/12/10 8:30	2019/12/10 19:00	巴岭村、黄家村、巴营村、团岭村、梅坝村、铁龙村、马岭村、石马村、林风村	遇雨延期
18	10kV 山凌线	计划检修	2019/12/12 7:00	2019/12/12 19:00	石联村、朝阳村、高阳村、午阴村、龙庙村、普同村、高凌村、双联村、黎明村、四坪村、六丰村	遇雨延期
19	10kV 江金线	计划检修	2019/12/13 8:00	2019/12/13 18:00	山河村、汝溪村、新坪村、双碾村、石坪村、张梁村、白岩村、广兴村、广福社区、金声场、金声村、桂香村、大堡村、高堡村、金声供水站、广兴移动基站、新坪移动基站、电信山河基站、金声水厂专变	遇雨延期

注:为便于读者理解,文中部分地名与原地名或约定俗成的地名。